

خجالت و گوشه‌گیری در کلاس درس

علائم خجالت یا گوشه‌گیری ممکن است به عنوان قسمتی از شخصیت کلی دانش‌آموز و یا واکنش موقعیتی خاص به یک عامل استرس‌زا ظاهر شود. افراد در موقعیت‌های اجتماعی که باعث می‌شود آنها احساس کنند که از لحاظ روانی بی‌پشتیبان و متفاوت از سایرین می‌باشند مستعد کم‌رویی هستند. سایر انواع کم‌رویی‌های اجتماعی ممکن است از تجربیات خاص و یا عوامل محیطی ناشی شود. بعضی از جوانان بخاطر این که والدین با آنها به گفتگو نمی‌پردازند و از ابتدا به کلام آنها پاسخ مثبت نمی‌دهند و حتی فرصت زیادی برای تعامل و ارتباط با همکلاسی‌هایشان ندارند، به مهارت‌های کلاسی کارآمد و مؤثر دست پیدا نمی‌کنند.

این حالت تا حدودی دلیل بر کم‌رویی‌های مشاهده شده در مهد کودک‌ها و پایه‌های اول می‌باشد. بچه‌هایی که برای اولین بار وارد مدرسه می‌شوند، احتمالاً ترس از مدرسه دارند (معمولاً ترس آنها از افراد ناشناس و یا عدم تمایل به جدا شدن از والدین می‌باشد و واکنش منفی خاص به معلم یا مدرسه ندارند). نگرانی اجتماعی می‌تواند به عنوان واکنشی پایدار به شکست‌های همیشگی، بدرفتاری و یا پذیرفته نشدن توسط بزرگسالان و همکلاسی‌ها بوجود آید.

بعضی از افراد ممکن است سازگاری گروهی خوبی با همکلاسی‌ها و تعامل اجتماعی با معلم از خود نشان دهند اما هنگامی که از آنها خواسته می‌شود که به سؤالات درسی پاسخ دهند، در جمع فعالیتی را انجام دهند و مشارکت در فعالیتی داشته باشند که آنها را ارزیابی می‌نمایند، از برقراری ارتباط ترس دارند. بالاخره بسیاری از اینها حداقل زمانی که محل تحصیل یا کلاسشان را تغییر می‌دهند، دچار مشکلات سازگاری اجتماعی موقت می‌شوند .

● راهکارهای پیشنهادی برای برخورد با محصلان خجالتی یا گوشه‌گیر

مشارکت همکلاسی‌ها، دخالت مدرسان و سایر اقدامات روانشناسی از جمله راهکارهای برخورد با افراد منزوی و خجالتی می‌باشد .

● مشارکت همکلاسی‌ها

درگیر کردن افراد خجالتی در برنامه آموزشی انفرادی، ایجاد فرصت برای آنها جهت شرکت در برنامه‌های گروهی، مشارکت دادن همکلاسی‌ها به عنوان همکار به منظور تشویق به صحبت کردن دانش‌آموزان گوشه‌گیر، مشارکت دادن آنها در گروه‌های کوچک و فعالیت‌های کلاسی گروهی .

● دخالت معلمان

از متداول ترین راهکارها عبارت بودند از :

۱ (تغییر محیط اجتماعی) برای مثال نشان دادن آنان در بین همکلاسی‌های صمیمی، یا موظف کردن

همکلاسی‌ها و گروه‌های کوچک به همکاری با آنان)

۲ (تشویق کردن به پاسخ‌گویی بیشتر

۳ (کاهش استرس یا خجالت

۴ (مشارکت دادن فرد خجالتی در فعالیت‌های خاص

۵ -مشارکت دادن آنان در گفتگوهای خصوصی دائمی .

بوضوح صرف نظر از این واکنش‌ها توسط معلمان به تشویق و تنبیه مورد تأکید قرار می‌گیرد .

● سایر اقدامات :

پیشنهاد می‌شود که آنها را مداوم در گروه‌های کوچک مشارکت دهید (تعامل گروهی با همکلاسی‌ها)،

از آنها به عنوان مربی خصوصی برای همکلاسی‌ها استفاده نمائید، اولویت‌های آنها را در انتخاب

همکلاسی‌ها شناسایی نمائید و آنها را نزدیک همان همکلاسی‌های مورد علاقه‌شان بنشانید، آنها را

راهنمایی، نه مجبور به ارتباط نمائید، از قرار دادن آنها در محیطی که وحشتناک و مضطرب کننده است، بپرهیزید، به آنها نقش های پیام رسانی و سایر فعالیت هایی که نیاز به ارتباط دارد، محول نمائید .

محققان پیشنهاد می کنند که افرادی را که از علائم گوشه گیری آنها، خیال پردازی شدید می باشد، دائماً دعوت به صحبت نمائید و نزدیک آنها بایستید تا از توجه آنها به شما اطمینان پیدا کنید. مطمئن شوید که آنها با موفقیت تکالیفشان را در ابتدای زمان کاری شروع نموده اند و از سرزنش کردن آنها بخاطر خیال پردازی شان اجتناب نمائید .

● نتیجه گیری :

پشتیبانی، تشویق، ایجاد فرصت برای بالا بردن اعتماد به نفس و آرامش در کلاس برای افراد کم رو و گوشه گیر، نظارت دقیق تر، ارتباط غیر کلامی بهتر، برنامه ریزی محیطی و پیشنهادهای درخواست های سازنده برای ایجاد تمرکز بیشتر دانش پذیران مستعد گوشه گیری و یا خیال پردازی می باشند. به نظر، تعداد زیادی از معلمان درک و بینش ذاتی از نیازهای دانش آموزان خجالتی یا گوشه گیر دارند اما تعدادی نیز می توانند این نیازها را از طریق بکارگیری منظم اصول و راهکارهای ارائه شده، بسیار بهتر برآورده نمایند.

